2020
Mars – Avril

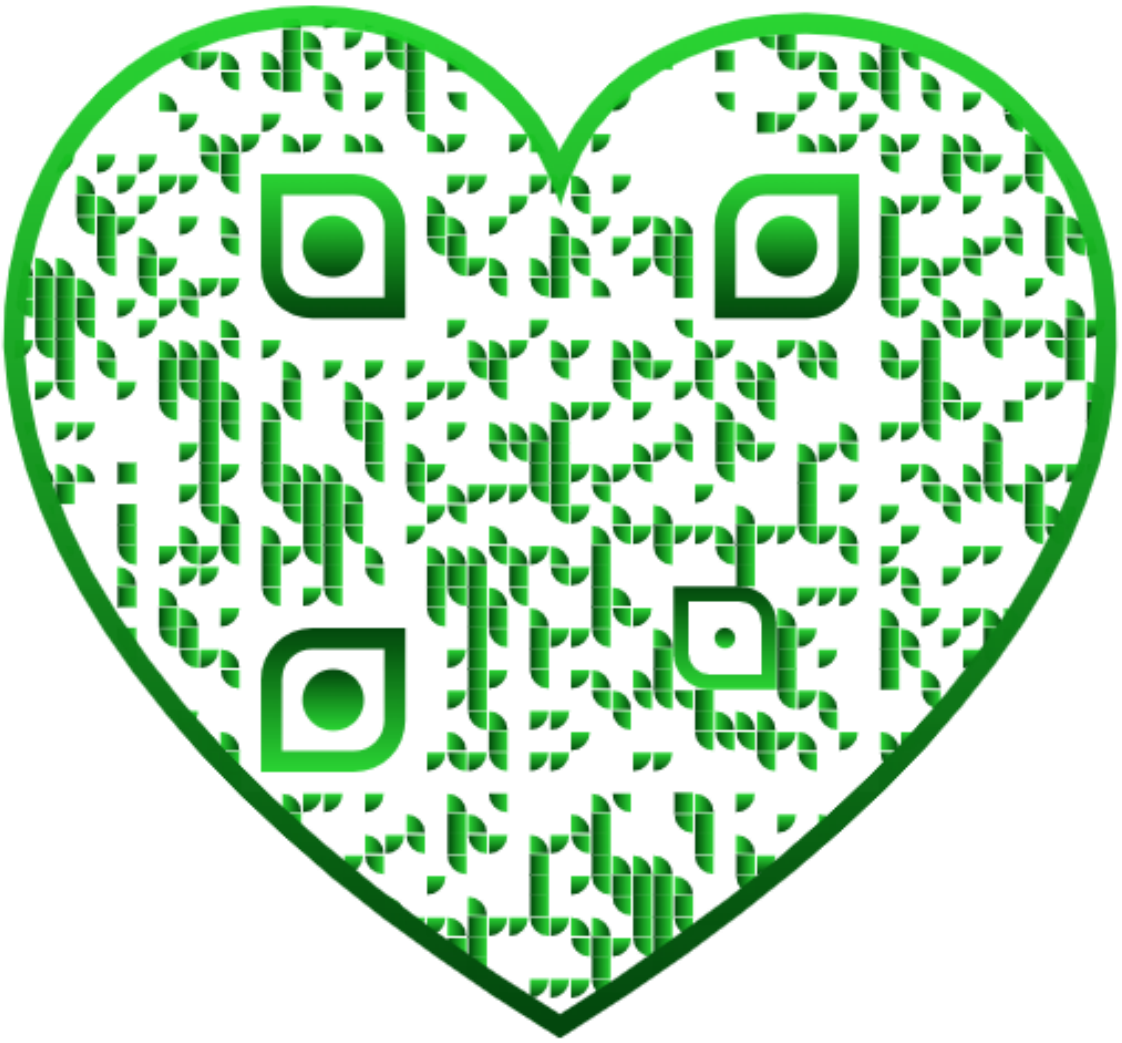
LE GRAND LIVRE DE RECETTES

Plus de 45 pages de recettes + illustrations !

Avec les suggestions de nos Grands Chefs confinés !

DU CONFINEMENT

TAY HOME STAY SAFE STAY HOME STAY
OME STAY SAFE STAY HOME STAY SA



STAY HOME STAY SAFE

Une chose est sûre, en cette drôle de période de corona-confinement nous nous retrouvons bien plus qu'à l'habitude à manger à la maison et donc aussi derrière nos fourneaux.

Que cela soit pour des expérimentations parfois périlleuses ou pour des bons vieux classiques qui réchauffent l'estomac.

Nous nous sommes demandé qu'est ce que nos proches pouvaient bien concocter et avons eu envie de rassembler toutes ces petites merveilles culinaires-casanières.

Vous trouverez dans les pages qui suivent une quarantaine (hihi) de recettes confi-confort-réconfort qui on espère vous donneront le sourire et vous feront monter l'eau à la bouche...

Bon appétit et bonne suite de confinement à tous !

Charlotte et Manon

SNACKS

Chips d'épluchures de Manon 12
La foccacia Barese de Nina 22
Les grissini de Garance 27
Les gaufres de la mère de Ferdinand 24
Pancakes à la banane de Marina 32

SALADES

Omelette calzone et guacamole de Françoise 31
Salade Kaloumi de Camille 46

PLATS

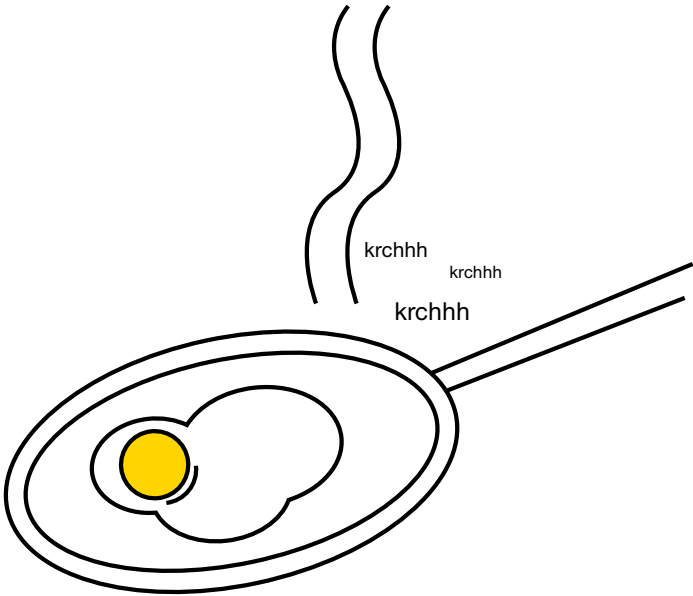
Canja de Galinha d'Isabel 8
Cheeseburger frites de Samuel 11
Coquillettes d'anniversaire et petits extras de Lucie 16
Courge à la ritalienne d'Alex 19
Couscoufinement de Claudia de Loret 20
Gnocchis marranella de Lola 25
Le gratin dauphinois de Colette 26
Izi quiche par Laïla 28
La Marinière de Raoul 30
Parmigiana à l'aubergine et au parmesan de Luna 32
Pâtes au ketchup de Sophie 33
Pâtes brocoli lardon façon Mérie par Juliet 35
Paye ta pita de Sophia 36
Pizza poubelle d'Adèle 38
Poêlée de porreaux à la façon Charles par Charles 40
La purée saucisse de Lili 40
Ragù alla Bolognese par Hugo 41
Riz au kimchi de Lauren 43
Röstis à la Stübi par Charlotte 44
La tarte aux gros lardons de Roxane et Patrice 50
Mon tofu par Minh 51
TOP secret boulet.te.s de Marie B 52

ACCOMPAGNEMENTS

Compote comme chez mamy de Manon 13
La confiture qui structure nos journées de Julia 17
Ketchup de Mathilde et Annie 28

SUCRERIES

Biscuit à l'orange de Monique 5
Bons macarons chocolat-coco d'Emmanuelle 6
Brigadeiro brésilien de Julia 7
Caracs de Maude 9
Chockladbullar d'Ellen 12
Cookies chocolat, banane et noix de pécan de Muriel 13
Cookies délicieux à l'avoine de Joy 14
Croûtes dorées d'Amélie 22
Fondant au chocolat facile par Alice 24
Lamousseauchocolatfacile de Bastien 29
La tarte aux clémentines de Flore 47
Tarte citron meringuée du gros Lorrain par François 49



Retrouvez les conseils de
nos Grands Chefs confinés en page 54

Biscuit à l'orange

Pour un moule de 24 cm de diamètre

Ingrédients :

100 g de beurre	2 ½ c. à café rases
150 g de sucre	de poudre à lever
3 œufs	1 pincée de sel
150 g de farine	1 orange

1. Battez le beurre (ramolli) avec le fouet, et le sucre puis ajoutez le zeste d'orange râpé et le sel.
2. Ajoutez 3 œufs toujours au fouet.
3. Ensuite alternez le jus de la demie orange avec la farine à laquelle on a ajouté la poudre à lever.
4. En commençant de casser les œufs, chauffez le four sur 3,5 pendant 8 minutes, puis mettez le biscuit au 2e rang.
5. Laissez-le 12 minutes, éteignez le four et sortez-le après 10 minutes.
6. Ajoutez 3 grosses cuillères à soupe de sucre à la 2e moitié du jus que l'on répartit sur toute la surface du dessus du biscuit chaud, à la sortie du four (mélangez au fur et à mesure pour avoir une surface grumeleuse).

Un plaisir avec du jus d'orange sanguine...

La Combe septembre 1993

Monique

Bons macarons chocolat – noix de coco

Ingrédients :

Pour les coques :
120 g de sucre glace
80 g de poudre d'amandes
2 c. à soupe de cacao
2 blancs d'œufs
60 g de sucre en poudre
Une pincée de sel

Pour la ganache :
100 g de chocolat noir
5 cl de lait de coco
40 g de noix de coco râpée

D'abord il faut faire les coques :

1. Dans un saladier, mélangez le sucre glace, le cacao et ajoutez la poudre d'amandes en la tamisant (les gros morceaux ne doivent pas être ajoutés au mélange).
2. Dans un autre bol, montez les blancs en neige avec la pincée de sel. Si les blancs sont bien montés, vous serez capable de retourner le bol sans que les œufs ne tombent. Ensuite ajoutez le sucre en poudre.
3. Avec une spatule, ajoutez le mélange blanc-sucre au saladier, mélangez délicatement le tout, toujours dans le même sens pour ne pas défaire les blancs. Une fois que le mélange est homogène, mettez-le dans une douille. Choisissez de préférence un embout d'environ 7 mm.
4. Sur du papier sulfurisé ou sur une plaque en silicone, faites de petits ronds d'environ 3 cm. Puis laissez les coques pendant 1 heure.
5. Préchauffez le four à 150°C, une fois bien chaud, placez-y les coques pour 12 minutes.

Maintenant la ganache :

6. Faites fondre le chocolat sur feu doux avec le lait de coco.
7. Hors du feu, ajoutez la noix de coco râpée.
8. Quand les coques ont refroidi, tartinez-les de la ganache et vos macarons sont prêts à être dégustés !

Si vous voulez un petit conseil, moi je trouve que les macarons sont bien meilleurs le lendemain de leur préparation :-) !

Emmanuelle

Brigadeiro brésilien

Des péchés mignons

Ingrédients :
1 pot de lait concentré
3 c. à. soupe de chocolat noir en poudre ou en morceaux
Le chocolat peut être remplacé par des copeaux de coco
15 g de beurre

1 Dans une casserole faites cuire le lait concentré avec le beurre, une fois le beurre bien incorporé ajoutez-y le chocolat. Mélangez avec une cuillère en bois pendant 10 minutes après ébullition. La matière se solidifie petit à petit.

2 Arrêtez la cuisson quand la consistance de votre mélange est proche de celle du caramel ou du nutella.

Pour ceux qui sont impatients :
3 Versez-le dans une assiette et attendez que la mélange se refroidisse un peu pour le déguster avec malice à la petite cuillère devant un film, sur des petits Lu, avec un verre de vin ou d'alcool fort (tel que le whisky, la vodka, ou le rhum) ou avec de la glace à la vanille.

Pour ceux qui s'ennuient vraiment :
4 Quand le mélange sera tiède il se durcit mais garde sa consistance caramel. Beurrez-vous les mains et faites des petites sculptures éphémères d'un animal réel ou imaginaire, d'une forme abstraite ou d'un objet.

Laissez libre cours à votre imagination pour vos compositions saugrenues.

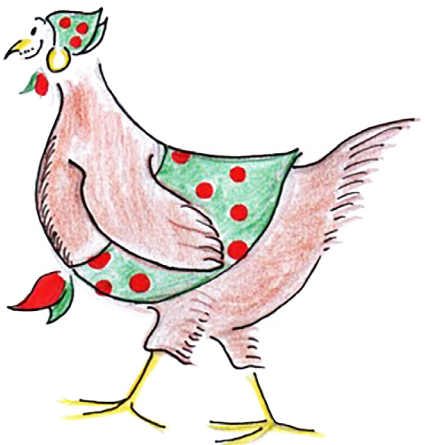
Pour les plus coquins qui auront essayé la version coco :
5 Enfoncez un clou de girofle dans chacune de vos sculptures et laissez l'essence s'y diffuser de 1 à 2 heures avant dégustation. La version coco s'appelle « baiser volé »...

À déguster sous quelques jours, matin, midi, soir, ou nuit devant un film avec un verre de lait ou d'alcool. Personne ne vous jugera !

Après cette recette n'oubliez pas le sport c'est l'occasion de prendre l'air en courant au risque de prendre la même consistance que ces délicieux mélanges addictifs...

<3

Julia



Canja de Galinha

Bouillon de poule à la portugaise

Ingrédients :

1 poule (ou poulet)
80g de pâtes (type pâtes grecques) ou riz
1 carotte
1 oignon
1 poireau
2 l d'eau
Sel
Menthe (facultatif)
Jus de citron (facultatif)

1 Cuisez la poule, la carotte, le poireau et l'oignon dans 2 l d'eau assaisonnée avec du sel, pendant environ 40 minutes si c'est une poule, si c'est le poulet environ 20 minutes (jusqu'à cuisson complète).

2 Une fois cuite, retirez la poule et les légumes du bouillon.

3 Portez le bouillon à ébullition à nouveau et dès qu'il commence à bouillir, ajoutez les pâtes ou le riz et laissez cuire le temps indiqué sur l'emballage.

4 Retirez la peau et les os de la poule et effilochez la viande.

5 Ajoutez la poule et la menthe et le jus de citron (facultatif).

Bon appétit

Isabel

Caracs

Pâtisseries suisses

6 personnes
40 minutes

Ingrédients :
Fonds pour tartelettes
200 g de chocolat noir
200 g de chocolat au lait
100 g de beurre
1 dl de crème entière

Pour le glaçage :
120 g de sucre glace
3 c. à soupe d'eau
Colorant alimentaire vert

1 Faites chauffer à petit feu dans une casserole le beurre et la crème, jusqu'à ce que le beurre fonde.

2 Ajoutez le chocolat noir et le chocolat au lait en morceaux, et laissez fondre jusqu'à obtenir une crème.

3 Versez le mélange dans les tartelettes en laissant 5 mm pour le glaçage.
Attention, gardez une petite quantité de crème pour la pastille de chocolat au milieu du carac à la fin !

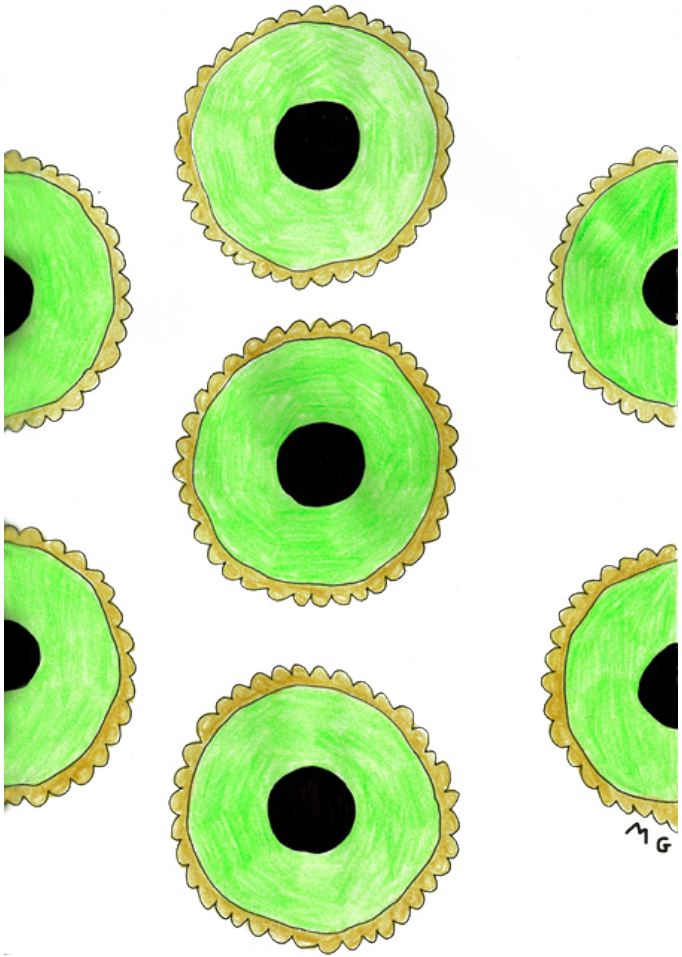
4 Laissez durcir au réfrigérateur environ 2 heures.

5 Préparez le glaçage en mélangeant le sucre glace et 2 c. à soupe d'eau. Ajoutez quelques gouttes de colorant alimentaire (selon couleur voulue).

6 Recouvrez ensuite les caracs d'une couche fine de glaçage.

7 Ajoutez une petite goutte de crème de chocolat au milieu du carac (voir illustration), puis remettez le tout au réfrigérateur environ 30 minutes.

Maude


MG

MG

Cheeseburger frites

Ingrédients :

Grosses patates Bintje	Echalotes
150 g de steak haché / tête	Câpres et cornichons
Fromage au choix	Estragon
Salade	Mayonnaise
Tomates	Ketchup

Pour les frites :

1. Coupez de grosse patates Bintje (farineuses) en grosses frites de 2 cm de côté.
2. Faites bouillir de l'eau, rajoutez une c. à soupe de carbonate de soude (ou levure chimique c'est la même chose) et plongez les frites 5 minutes.
3. Sortez-les, laissez-les sécher puis si vous avez une friteuse deux bains dans l'huile à 150°C (4 minutes) puis à 190°C (4 minutes).
4. Si vous n'avez pas de friteuse vous pouvez mettre de l'huile dans le fond d'une casserole et mettre le feu à fond ça marche aussi. Les frites seront ainsi croustillantes à l'extérieur et en purée à l'intérieur.

Pour la sauce :

5. Rajoutez échalotes, câpres, cornichons et feuilles d'estragon haché en tout petits morceaux à une mayo. Vous pouvez aussi rajouter un peu de ketchup, du citron ou du poivre et bien laisser infuser le tout.

Pour le burger :

6. Prenez un steak haché de 150 g (200 pour les gourmands mais c'est fat), salez-le généreusement des deux côtés, saisissez-le dans une poêle bien chaude avec un filet d'huile, qu'il soit bien caramélisé (le sel formera une croûte).
7. Dès qu'il est bien saisi sortez-le de la poêle, poivrez-le et mettez-le au four pour 2 x 5 minutes à 180°C en le retournant à mi-cuisson.
8. Mettez au dessus du steak deux tranches du fromage de votre choix 2 minutes avant la fin de la cuisson.

9. Toastez votre pain burger, puis dressez de la sorte pain du bas sauce + salade, et le pain du haut sauce + tomate, le steak sera juste cuit au milieu (un peu saignant) avec le fromage coulant.

Samuel

Chips d'épluchures

Ingrédients :
Épluchures de pommes de terre
Huile d'olive
Sel
Épice de votre choix

1 Lorsque que vous cuisinez une purée, par exemple, gardez les épluchures de vos pommes de terres préalablement lavées et faites les sécher sur du papier absorbant.

2 Dans une casserole, faites chauffer de l'huile d'olive. Quand elle commence à faires des bulles, baissez le feu et plongez-y les épluchures pour 3/4 minutes.

3 Déposez sur du papier absorbant.

4 Salez et assaisonnez avec les épices de votre choix.

Manon

Chockladbullar

Des crottes de Suède

Ingrédients :
Base :
120 g avoine mixé
3 c. à café de poudre de chocolat amer
Un peu de sucre
100 g beurre
Fleur de sel

Enrobage :
Chocolat noir fondu

Garniture :
Copeaux de noix de coco

1 Il faut tout mélanger et puis rouler des petites crottes, comme vous le souhaitez, grandes, moyennes ou petites.

2 Après il faut les rouler dans le chocolat fondant fondu et pour finir les rouler dans les copeaux de noix de coco.

Bonne dégustation,

Madame Piot

Compote comme chez mamy

Pour 2 personnes

Ingrédients :
3 grosses pommes
1 noix de beurre doux pour ajouter de la gourmandise
1 bonne pincée de cannelle
½ sachet de sucre vanillé

1. Epluchez-les bonnes et coupez-les en petits cubes, ou en fines lamelles selon votre préférence.
2. Faites fondre le beurre dans une petite casserole et faites-y revenir les pommes avec la cannelle pendant 2/3 minutes à petit feu.
3. Ajoutez le sucre et couvrez à moitié d'eau. Vous pouvez toujours rectifier la quantité d'eau lors de la cuisson si nécessaire.
4. Laissez mijoter pendant une vingtaine de minutes jusqu'à ce que les pommes soient moelleuses et que vous arriviez à une belle texture de compote. Vous pouvez venir écraser les bouts de pommes restants avec une fourchette si vous aimez votre compote sans morceaux.

La compote se mange chaude ou froide, et accompagne aussi bien vos plats que vos desserts !

Manon, encore

Cookies chocolat, banane et noix de pécan

Pour environ 24 cookies

Ingrédients :
110 g de beurre salé à température ambiante
(ou beurre doux avec 1 pincée de sel)
110 g de sucre en poudre
1 gros œuf, légèrement battu
125 g de farine
½ c. à café de levure chimique
½ c. à café de cannelle
20 g de cacao en poudre
100 g de pépites de chocolat (70% cacao)
ou de chocolat noir pâtissier coupé en petits morceaux
50 g de banane écrasée
170 g de noix de pécan (ou noix classique)
finement hachées
100 g de sucre impalpable

1. Dans un bol battez le beurre avec le sucre en poudre. Ajoutez progressivement l'œuf jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Réservez.
2. Dans un autre plat : tamisez la farine + levure chimique + cacao en poudre + cannelle + sel (si pas de beurre salé) et ensuite ajoutez le tout dans le bol sucre/beurre. Battez le tout pendant environ 15 secondes puis ajoutez les pépites de chocolat et la banane écrasée. Battez jusqu'à obtention d'un mélange homogène. →

Laissez reposer minimum 2 heures au frigo pour obtenir une pâte bien ferme.

3 Versez les brisures de noix dans un saladier.
4 Faites des boulettes de 2/3 cm de diamètre (env. 20 gr) avec la pâte et roulez-les dans les brisures de noix pour bien les enrober de noix (pressez fermement pour que les noix collent à la pâte). Lavez-vous les mains plusieurs fois si ça colle trop aux doigts.
5 Déposez les boulettes sur une feuille anti-adhérente.

Laissez reposer minimum 1 heure au frigo.

6 Préchauffez le four à 190°C.
7 Versez le sucre impalpable dans un bol et roulez les boulettes dans le sucre en les pressant pour bien les enrober de sucre.
8 Sur une 1 ou 2 plaques recouvertes de papier sulfurisé (ou recouvrir la plaque de beurre + farine pour éviter que cela ne colle) : aplatissez les boulettes pour obtenir des disques d'environ 1 cm d'épaisseur et disposez-les sur la plaque en les espaçant de 2/3 cm.
9 Passez au four 10 minutes puis laissez refroidir 10 minutes sur la plaque avant de les transférer sur une grille.

Mangez-les tièdes/chauds et légèrement coulants au centre ou laissez refroidir.

Muriel

Cookies délicieux à l'avoine

Ingrédients :
200 g de flocons d'avoine
60 g d'huile de coco
50 g de sucre complet ou sucre normal
1 gousse de vanille ou sucre vanillé
1 c. à café de cannelle
1 œuf
80 g de chocolat noir ou lait
1 c. à café de levure
2 c. à soupe de noix de coco râpée
20 g de noix de pécan

1 Faites fondre à feu doux l'huile de coco et coulez-la dans un récipient de forme arrondie. Un petit bol par exemple. Incisez avec respect la gousse de vanille puis recueillez son doux contenu.

2 Brisez avec force, mais sans violence, la plaque de chocolat afin de disposer de généreuses pépites de chocolat. Répétez l'action pour les noix de pécan. Pour cette action, le recours à la violence est toujours déconseillé. N'hésitez pas à aller crier dans un coussin pour vous calmer.

3 Mélangez énergiquement les flocons d'avoine, la noix de coco, la cannelle, la vanille, la levure et le sucre. Pour obtenir des cookies *next level*, écoutez ce →

son durant cette étape : *https://www.youtube.com/watch?v=na39jQw4myU&feature=youtu.be*

4 Ajoutez l'huile de coco, les pépites de chocolat, les noix de pécan, tout en mélangeant. Si vous êtes un peu fatigué.e, faites une petite pause (clope, just dance, babibel...). Ajoutez l'œuf tout en continuant à mélanger.

5 Versez la pâte confectionnée dans une boîte hermétique (en verre ou plastique comme un tup' par exemple), fermez la boîte tout doucement, sans aucun mouvement brusque et laissez-la reposer entre 30 minutes à 2 heures au frais. Ça dépend si vous êtes à la bourre ou pas.

6 Préchauffez le four à 160°C.

7 Posez la feuille de cuisson sur la plaque. Avec une cuillère à soupe ou à la main, prélevez la pâte et formez des petites boulasses sur la plaque jusqu'à ce qu'il ne vous reste plus de mixture.

***Conseil goulu :** saupoudrez vos cookies de noix de coco râpée et rassurez-les avant de les introduire dans le four.

8 Enfournez pendant 10 minutes.

9 Attendez le complet refroidissement avant de les décoller de la feuille, sinon ils vont se casser et c'est dommage.

10 C'est le moment de déguster seul.e ou à plusieurs. No shaming pour celles et ceux qui ne partagent pas, on est en confinement après tout.

***Conseil goulu n°2 :** réchauffez les cookies 3 minutes, si du temps a passé entre deux dégustations (tiède c'est vraiment meilleur). Rassurez-les davantage avant d'enfourner, car maintenant ils savent à quoi s'attendre.

Bon scrounch !

Joy

Coquillettes d'anniversaire et petits extras !

Ingrédients :
Des pâtes (idéalement Barilla, modèle Conchigle rigate)
Du bon jambon cuit
De la crème fraîche
Du fromage râpé (emmental Entremont, beaucoup !)
Un peu de noix de muscade, sel et poivre

1 Ensuite, faites cuire les pâtes et une fois prêtes, mélangez le tout, jambon, crème, sel, poivre, noix de muscade et fromage bien évidemment !
2 Vous voilà face à un très bon plat de pâtes, extrêmement réconfortant !

Si par le plus grand des hasards, vous avez encore faim, pour terminer royalement votre repas, je vous conseille une dame blanche, sans crème fraîche par contre. Pour cela, rien de très compliqué non plus : de la glace vanille, un peu de chocolat noir et de lait.

3 Faites fondre le chocolat dans une petite casserole, ajoutez-y un peu de lait et, servez, tout simplement, sur la glace.

→

Pour accompagner l'ensemble de ce repas, voici quelques conseils :

– En entrée, de la scamorza fumée, un peu de saucisson au fenouil, des petits biscuits d'apéritif italiens (taralli), quelques petites carottes et des chips sel/poivre ou au vinaigre.

– Vous pouvez accompagner le tout, en entrée, d'un spritz Aperol et, lors d'un repas, d'un bon verre de vin rouge, tout en gardant une bouteille d'eau bien pétillante (de la Spa par exemple) à portée de main !

Lucie

Confiture qui structure nos journées

Ingrédients :
1 kg de fruits selon vos préférences, fraises, poires, pêches, oranges, citrons, gingembre, ce que l'on trouve en grande quantité et pas trop cher ! Faites des mix si le plaisir vous en dit ! Par exemple : gingembre/orange.

Pour 1 kg de fruit comptez 700 g de sucre.

Trouvez des pots en verre vide
(cornichons, sauce tomate, tout fait l'affaire !)
1 kg de fruit = 3/4 pots de 250 g.

1 Prenez des fruits pas trop trop trop mûrs, épluchez-les et coupez-les en petits morceaux.

2 Ajoutez le sucre et laissez reposer quelques heures le mélange fruit coupé + sucre dans une grosse casserole (en fonte de préférence) et ajoutez-y le jus d'un citron.

3 Vos fruits vont transpirer créant alors un sirop. Portez à ébullition le mélange et cuisez-le à feu pas trop fort pendant 12 minutes. Remuez régulièrement pour que le fond de la casserole ne brûle pas.

4 Éteignez le feu et laissez reposer entre 12 et 24 heures. Recommencez la procédure : portez à ébullition et laissez cuire pendant 12 minutes. →

Si votre confiture est très liquide, alternez cuisson et repos entre 2 à 4 fois !

5 Lors de la dernière cuisson préparez vos pots en les stérilisant chacun, avec leur couvercle, 10 minutes dans l'eau bouillante et un peu de vinaigre blanc.

6 Remplissez les pots à maximum tant que la confiture est encore chaude et laissez-les refroidir à l'envers (couvercle en bas). Le sucre va se solidifier en refroidissant.

Dégustez le lendemain au petit dej, au goûter, en dessert.

Julia, toujours

Courge à la ritalienne

Ingrédients :
Une pâte à pizza bien généreuse
Une grosse courge butternut bien épaisse
Du gorgonzola frais et qui pue bien fort
Des amandes effilées et bien mignonnes

Les épices :
Du romarin
De l'origan
Du cumin

Préparationgue de la base de la pizza :
1 Préchauffez votre four à 200°C.
2 Epluchez-moi la peau de cette belle courge à votre façon. Récupérez les graines.
3 Découpez la courge épluchée en cubes grossiers, puis disposez-les dans une plaque de cuisson.
4 Assaisonnez les cubes de courges de sel, poivre, romaringue, origangue. Puis finalisez par un riche filet d'huileuh d'oliveuh.
5 Enfournez le tout jusqu'à ce que la courge soit tendre, 25 minutes environ.

La torréfactiongue des graines de courge :
6 Lavez les graines de courges mises de côté, puis mettez-les dans une casserole avec un peu d'eau. Portez le tout à ébullition et laissez bouillir 5 minutes.
7 Egouttez les graines, puis mettez-les sur la poêle bien chaude avec un peu d'huile d'olive.
8 N'oubliez pas de mettre un couvercle, car lorsqu'elles sautent c'est qu'elles sont prêtes.
9 Assaisonnez avec du cumin ou tout autre épice qui peut vous apporter du baume au cœur.

Finalisationgue de la pizza :
10 Sortez les morceaux de courge du four. Prenez-en les ⅔ et écrasez-les pour en faire de la purée.
11 Etalez le tout sur la pâte pour en faire sa base. Bien chaude, généreuse, réconfortante. Confinée.
12 Ajoutez le reste des cubes de courge cuits sur cette base. Parsemez le tout de gorgonzola coupé.
13 Enfournez la pizza pour 20 minutes max à 220°C. Laissez l'excitation monter.
14 À la sortie du four, humectez le tout, fermez les yeux, pensez au printemps qui arrive inexorablement.
15 Assaisonnez, parsemez de graines de courge torréfiées.

Vous pouvez accompagner le tout d'une salade de roquette, betteraves et jambon fumé.

Alex

Couscoufinement

Pour 6 personnes (parce qu'on peut pas faire pour moins).

Prévoir 4 à 5 heures de préparation.

Ingrédients :
2 courgettes
2 oignons
3 carottes
4 navets
1 boîte de pois chiches
1 pot de ras el hanout
3 petites boîtes de concentré de tomates
1,2 kg d'épaule d'agneau (avec gras et os)
Semoule moyenne
1 g de haschich pour l'ensemble de la préparation.

1 Roule un joint.

2 Taille grossièrement les légumes et trie les par ordre de cuisson : oignons, navets, carottes, courgettes, pois chiches.

3 Fais bronzer à feu vif avec de l'huile d'olive, les morceaux d'agneau dans une grosse marmite, la viande doit coller au récipient. Ajoute le ras el hanout, le sel et le poivre.

4 Rallume ton joint en attendant que tout cela cuise.

5 Quand ta viande a obtenu un bronzage qui convient, ajoute le concentré de tomates, les oignons. Attends 5/10 minutes.

6 Verse de l'eau à convenance, afin de remplir les ¾ de la marmite.

7 Encore un peu de ras el hanout.

8 Attends 1 heure.

9 Plonge les navets.

10 Attends 1 heure.

11 Plonge les carottes.

12 Attends 40 minutes, mets encore du ras el hanout.

13 Puis pois chiches et courgettes en dernier !

PS : si tu penses avoir mis assez d'épices, ça veut dire que tu peux encore en rajouter.

14 Vu que le temps est passé, deux options s'offrent à toi pour la semoule :

Au micro-onde avec un peu d'eau de l'huile d'olive du beurre, sel, poivre ou à la couscoussière.

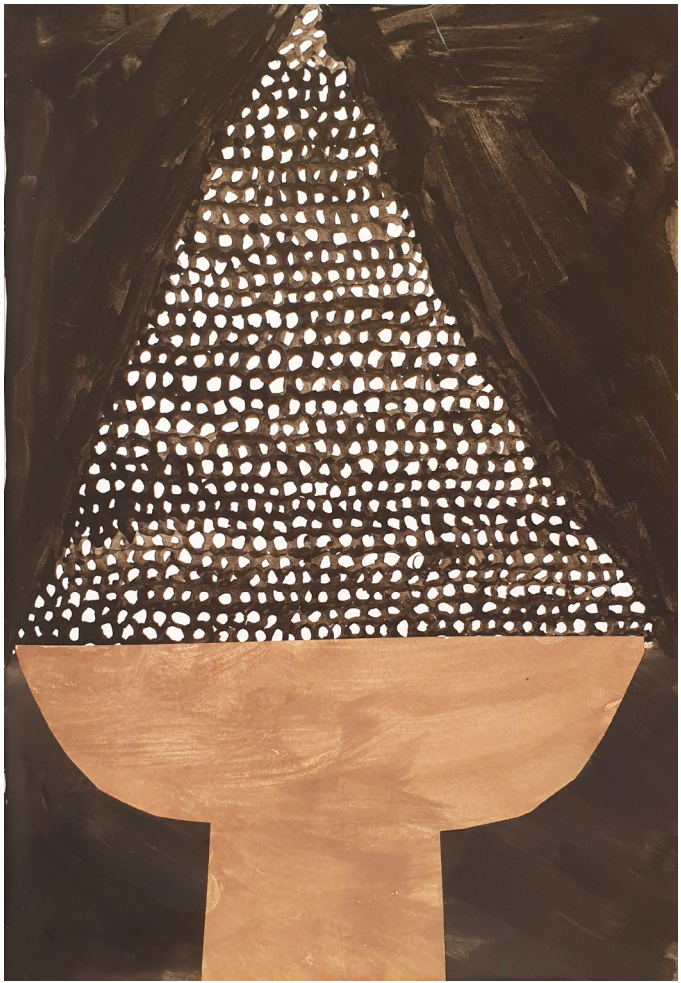
Pour cela roule un autre joint de haschich. Prends la couscoussière, déposes-y de la semoule mélangée à de l'eau chaude et de l'huile d'olive. Fais-la cuire par-dessus la préparation des légumes et de la viande. →

Toutes les 20 minutes et 3 fois de suite : retire la semoule, malaxe-la délicatement en rajoutant de la matière grasse...

Si avec ça, tu n'y as pas passé le temps d'au moins une journée, et que tu n'as pas encore faim, je ne peux rien faire de plus. Par contre le couscous a intérêt à être bon car en général, le repas reste comestible toute la semaine qui suit...

Bisous,

Claudia de Loret.



Croûtes dorées

Ingrédients :
2 dl de lait
8 tranches de pain ou de tresse rassis
3 œufs
Beurre
5 c. à soupe de sucre
½ c. café de cannelle

1 Chauffe le lait et plonges-y les tranches.

2 Passe-les dans l'œuf puis dore-les immédiatement, les 2 faces, dans le beurre chaud.

3 Mélange le sucre et la cannelle et saupoudre les tranches !

Amélie

La foccacia Barese

Les ingrédients :
250 g de farine blanche
250 g de farine intégrale
1 pomme de terre de taille moyenne (la FAMEUSE !)
300 ml d'eau tiède
20 g de levure fraîche de boulangerie
15 g de sel fin
Huile d'olive

Pour le pimpage de ta focacc' je te conseille :
2 oignons coupés en rondelle
Du romarin
Des olives
De l'huile d'olive
De l'ail des ours en saison
Des tomates cerises en saison
50 g mozzarella ou ricotta

La Foccacia Barese a l'avantage de pouvoir être pimpée par tout type de garnitures, ainsi même en cas de confinement extrême et sans possibilité de faire les courses, prenez simplement ce que vous avez chez vous afin de garnir la Focaccia.

Recette :

1 Mélangez les farines, la levure, ajoutez la pomme de terre tiède, écrasée au presse purée, le sel et l'eau tiède. (Si la levure est fraîche, faites-la dissoudre dans un peu d'eau tiède et sucrée, attendez 5 minutes avant de l'ajouter aux farines, à la fin). Laissez hydrater 10 minutes la pâte sans la travailler, couverte d'un torchon.

2 Ca vous laisse juste le temps de regarder les annonces du conseil fédéral lié au coronavirus et bam c'est reparti, on s'y remet !

*** Allez vous laver les mains ***

3 Travaillez la pâte 5/10 minutes à la main, et faites-la lever dans un plat bien huilé, bords compris jusqu'à ce qu'elle double de volume (2 heures environ).

*** Allez vous laver les mains ***

4 Une fois levée, retournez la pâte et étalez-la délicatement, à l'aide des mains huilées, sans trop l'écraser.

5 Entre temps allumez le four à 220°C et coupez les oignons, tomates cerises ou autres ingrédients à choix, enfoncez les dans la pâte. Assaisonnez avec un filet d'huile d'olive, mélangé à une cuillère d'eau et une pincée de sel. La ricotta ou la mozzarella peuvent être ajoutés sur la focaccia à la fin de la cuisson.

*** Allez vous laver les mains ***

6 Enfournez pendant 15 minutes dans le bas du four et puis 10 minutes au milieu du four.

Et voilà le résultat sera fantastique, je vous promets !

Nina

Fondant au chocolat facile et plus que parfait

Ingrédients :
250 g de chocolat noir
250 g de beurre
200 g de sucre
4 œufs

1. Faites fondre le chocolat avec le beurre.
2. Mélangez dans un plat le sucre et les œufs (il ne faut pas séparer les blancs des jaunes).
3. Versez le chocolat et le beurre fondu et mélangez le tout.
4. Mettez dans un four préchauffé à 180°C pendant 15/20 minutes à checker (tout dépend si vous le voulez bien fondant ou pas).

Alice

Gaufres de la mère de Ferdinand

Ingrédients :
500 g de farine
4 œufs
150 g de beurre
¼ de l de crème fraîche
100 g de sucre
1 pincée de sel

1. Mélangez la farine, le sel, le sucre et les 4 jaunes d'œufs.
2. Délayez avec un ¼ de litre d'eau, la crème fraîche et le beurre fondu.
3. Terminez par les blancs d'œufs battus en neige très ferme, que l'on incorpore délicatement à la pâte.

Ferdinand

Gnocchi marranella

Ingrédients :
Des patates (roses, farineuses, un peu molles)
Le même volume de farine mais un peu moins
(T45 ou 55 je pense, type 0 en italie)
De l'huile d'olive, une grosse cuillère

1. On cuit les patates et quand elles sont cuites, éplucher la peau en l'enlevant, après elles ont besoin d'être écrasées. Nous on le fait directement sur la table (lavée avant).
2. Et on attend un peu qu'elles refroidissent.
3. On mélange avec la farine et l'huile et on forme une boule. Après on prend un bout et on le fait rouler pour faire un long boudin de 2 cm peut-être, et on coupe des tronçons réguliers, tout ces petits bouts de gnocchis ne doivent pas coller entre eux donc c'est important de les jeter dans la farine !
4. La cuisson se fait dans une grande casserole d'eau qui bout et salée, et on les retire petit à petit quand ils remontent à la surface, là ils vont dans la sauce (plouf).

Lola

Le gratin dauphinois

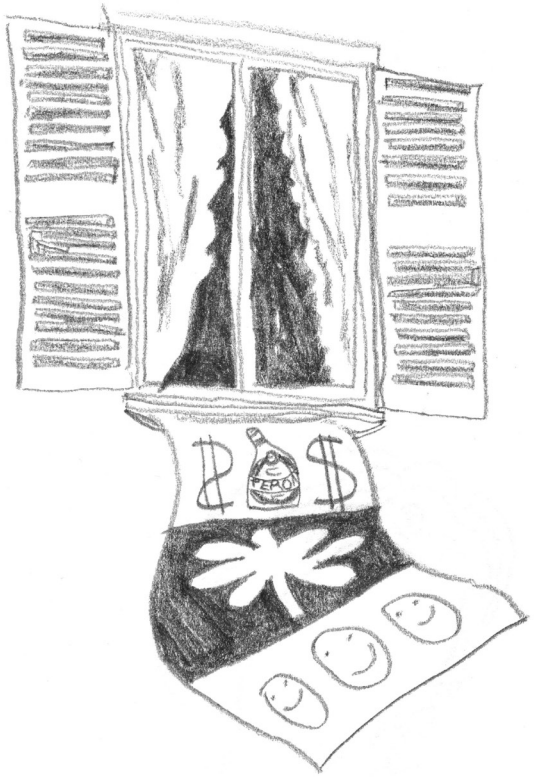
Ingrédients :

½ kilo de pommes de terre	100 g de fromage râpé
¼ de litre de lait	Ail
1 œuf	Sel, poivre, muscade

1. Coupez en rondelles assez minces les pommes de terre épluchées et lavées.
2. Fouettez dans un bol le lait tiède avec l'œuf entier.
3. Ajoutez le mélange aux pommes de terre et ajoutez-y le fromage râpé, sel, poivre et muscade.
4. Frottez un plat à gratin avec 1 gousse d'ail et versez ensuite le mélange dans le plat.
5. Saupoudrez encore de fromage râpé et parsemez le dessus du plat avec quelques petits morceaux de beurre.
6. Mettez au four sur 150°C, pendant 45 minutes.

Bon appétit,

Colette



Les grissini

Ingrédients :

300 g de farine	Eau
50 g de parmesan	Huile d'olive
2 poignées d'olives vertes	Levure
2 branches de romarin	Sel

1 Sur votre plan de travail versez 300 g de farine et mélangez avec 50 g de parmesan.
Formez un tas et creusez un puits au centre.

2 Ajoutez 13 cl d'eau, 5 cl d'huile et 7 g de sel.
Bien mélanger.

3 Délayez 6 g de levure dans un peu d'eau et ajoutez à la préparation.

4 Mélangez et pétrissez le tout pendant 10 minutes.

5 Faites une grosse boule, mettez-la dans un saladier et couvrez-le avec un torchon.

6 Laissez lever pendant une heure dans un coin chaud.

7 Pendant ce temps :
Découpez deux poignées d'olives vertes en petits bouts et hachez 2 branches de romarin.

8 Préchauffez le four à 180°C.

9 Incorporez olives et romarin à la pâte.

10 Étalez la pâte sur un plan de travail fariné en formant un grand rectangle de 3 mm d'épaisseur et découpez des petits boudins de 2 cm de largeur.

11 Puis placez sur une plaque du four recouverte de papier sulfurisé en les roulant pour les étirer pour qu'ils soient assez longs.

12 Laissez cuire 20 minutes en vérifiant régulièrement. Quand c'est bien doré, baissez le four à 150°C, attendez 5 minutes et puis sortez du four et laissez refroidir.

13 Ajoutez un peu de fleur de sel et de poivre noir concassé.

Servez avec une petite sauce ou rien du tout tellement que c'est trop miam.

Garance

Izi quiche

Ingrédients :

Pâte brisée
Bûche de fromage de chêvre
Noix
Courgette
Betterave
2 œufs
Crème
Oignon
Ail
Thym
Piments
Poivre
Sel

1. J'étale la pâte brisée dans un « plat pour quiche » et je fais des trous étalés avec une fourchette dans la pâte.
2. Je cuis un peu l'ail, l'oignon et des petits morceaux de courgettes.
3. Entre-temps, je bats les œufs, j'y rajoute la crème et les épices.
4. Je mélange ça avec les légumes cuits.
5. Je verse le tout dans la pâte à quiche et j'étale bien.
6. Je sème des petits bouts de noix dans le tout.
7. Je coupe des tranches de fromage et de betterave (déjà cuite) et je les étale de manière régulière sur le dessus.
8. Optionnel : je parsème d'épices une dernière fois.
9. Je mets la quiche au four pour 30/40 minutes.

Laïla

Ketchup

Ingrédients :

Base :
1 boîte de tomates pelées ou concassées
4 c. à soupe de vinaigre de cidre
2 c. à soupe de sucre roux
Le jus d'un citron
Sel et poivre

Épices :
Gingembre en poudre
Noix de muscade
Graines de fenouil
Clous de girofle
Piment de Cayenne
Cannelle

Il est possible de changer les épices en fonction de ce que vous avez dans votre placard et de ce que vous aimez !

1. Mélangez tous les ingrédients et mettez sur feu moyen dans un faitout à fond épais, puis ajoutez le sucre quand la préparation frémit.
2. Laissez mijoter à feu doux pendant 20 minutes ou jusqu'à la consistance désirée.

N'oubliez pas de goûter et d'ajuster l'assaisonnement !

L'idéal est de le faire la veille pour le lendemain, en le conservant au frigo. Les différentes épices auront ainsi bien infusé !

Mathilde et Annie

Lamousseauchocolatfacile

Ingrédients :
200 g de chocolat (tout noir mais c'est amer,
ou mi-crémant mi-noir)
100 g de beurre (mais un peu moins c'est ok, genre 70 g)
20 g de sucre en poudre ou sucre glace
pour un rendu aérien (lol)
6 œufs
Des éclats d'amandes, noix de coco, caramel
ou toute chose sucrée délicieuse à mettre dessus

Matériel :
1 Magimix
1 fouet et/ou 1 spatule
Des petits bols

1. Faites fondre au bain marie le chocolat et le beurre (séparément !).
2. Mélangez les deux liquides ensemble.
3. En parallèle, battez les blancs des œufs en neige (très long, très fatigant, faire avec un Magimix et réservez les jaunes pour autre chose, par exemple une carbo !!!)
4. Quand les blancs commencent à durcir ajoutez petit à petit le sucre.
5. Une fois les blancs montés, ajoutez une partie dans le chocolat et beurre et mélangez lentement pour pas casser les œufs.
6. Rajoutez le reste de blanc.

→

7 Une fois que tout est homogénéisé, versez dans les petits bols.
8 Mettez des petits scabres dessus type amandes, pistaches, caramel et réservez au frigo quelques heures.

Bastien

La Marinière

Ingrédients :
1 pâte feuilletée
Philadelphia light
Quelques tranches de saumon fumé
Ciboulette ou autre herbe

1 Sur la pâte, mettez du Philadelphia sur la moitié du cercle en laissant 1 cm le long du bord.
2 Mettez les tranches de saumon fumé sur le Philadelphia.
3 Parsemez de ciboulette coupée.
4 Refermez la pâte et assemblez bien les bords, en les humidifiant.
5 Cuisez au four à 180°C, 20/25 minutes !

Raoul

Omelette calzone et guacamole

Pour 2 personnes

Ingrédients :

Pour l'omelette :
3 œufs
Poivre, paprika, curcuma
Têtes d'asperges vertes
Un peu de roquette
Emmental râpé
Graines de chanvre
1 échalote
2 c. à soupe d'huile d'olive
Un peu de coriandre fraîche

Pour le guacamole :
1 avocat
Sel et coriandre fraîche
1 petite échalote
1 cuillère de fromage grec non sucré,
1 citron vert

La recette peut être adaptée en fonction de ce qu'il reste dans votre frigo.

Dans une poêle bien chaude :

1 Faites revenir l'échalote dans l'huile.
2 Faites dorer les têtes d'asperge 3 minutes pour les attendrir puis retirez-les de la poêle et mettez-y les œufs battus assaisonnés de poivre et paprika.
3 Rajoutez ensuite les têtes d'asperge puis le fromage râpé. Saupoudrez de curcuma. Ajoutez enfin les feuilles de roquette et saupoudrez de grains de chanvre. Pour terminer, ajoutez quelques feuilles de coriandre fraîche.
4 Et enfin repliez l'omelette en 2 pour faire votre calzone.

Pour le guacamole :

5 Ouvrez l'avocat, récupérez la chair dans une assiette, écrasez-la et rajoutez un filet de citron vert et une cuillère de fromage grec et un peu de sel et quelques feuilles de coriandre fraîche et une petite échalote finement émincée.
6 Mélangez le tout pour en faire une belle purée.

Bon appétit !

Valeur nutritive : que des bonnes choses.
Valeur gustative : on en reprendrait.
Valeur réconfortante : qu'est ce qu'on est bien chez soi
Valeur esthétique (instagrammable) : cette combinaison jaune, orange et vert est splendide dans votre assiette.

Françoise

Pancakes à la banane

Ingrédients :
Une banane
Une tasse de flocons d'avoine moulus
Une quinzaine de noisettes moulues
Un œuf
Un peu de lait végétal
Une pincée de sel

1 Écrasez la banane et mélangez avec les noisettes et flocons moulus, l'œuf, le lait végétal et le sel jusqu'à obtention d'une pâte lisse.
2 Faites revenir dans la poêle avec un peu de gras.

À agrémenter de petits fruits et de sirop d'érable pour les plus gourmands.

Marina

Parmigiana à l'aubergine et parmesan

Pour 6 personnes

Ingrédients :
3 belles aubergines bien fermes
3 ou 4 c. à soupe d'huile d'olive
1 oignon, émincé et finement coupé
½ tête d'ail printanier, si vous en trouvez,
sinon 1 gousse d'ail pelée et émincée
1 belle c. à café d'origan séché
2 boîtes de 400 g de tomates pelées de bonne qualité
ou 1 kg de tomates fraîches bien mûres
1 pincée de sel de mer fraîchement moulu
1 pincée de poivre noir
1 c.à café de vinaigre de vin
4 belles poignées de parmesan fraîchement râpé
2 poignées de chapelure
Quelques feuilles de basilic frais, hachées.

1 Badigeonnez vos lamelles d'aubergine d'huile d'olive avec un pinceau.
Mettez-les sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé et faites cuire 10 minutes de chaque côté en chaleur tournante (donc 20 minutes en tout, retournez à mi-cuisson) dans un four préchauffé à 210°C.

2 Pendant ce temps, versez 2 à 3 filets d'huile d'olive dans une grande poêle à feu moyen. Ajoutez l'oignon, l'ail →

et l'origan séché et faites cuire 10 minutes, afin que l'oignon devienne transparent et que l'ail colore à peine. Ajoutez la chair des tomates pelées à l'oignon, l'ail et l'origan. Mélangez le tout, couvrez et laissez mijoter pendant 15 minutes.

3 Quand la sauce a bien réduit, salez, poivrez et ajoutez une larme de vinaigre de vin et le basilic. Vous pouvez laisser les morceaux de tomate entiers ou les réduire en purée.

4 Prenez un plat à four de 25 cm x 12/15cm.

5 Versez une fine couche de sauce tomate, saupoudrez de parmesan et recouvrez d'une couche d'aubergines. Répétez jusqu'à épuisement des ingrédients, en terminant par une couche de sauce tomate et de parmesan. J'aime bien mélanger la chapelure dans l'huile d'olive avec un peu d'origan séché et saupoudrer le tout sur le parmesan (je ne l'ai pas fait).

6 Mettez votre plat à 190°C pour une demi-heure, jusqu'à ce qu'il devienne doré, croustillant et bouillonnant.

Luna

Pâtes au ketchup

et au fromage

Ingrédients :

Pâtes en spirale, creusées, tubulaires, tortueuses ou toute autre forme qui garantit niches et accroches aux condiments suivants :
Ketchup, celui des brasseries
Parmesan ou comté, ou tout autre fromage de caractère à pâte pressée cuite, de préférence non râpé
Crème liquide ou semi-épaisse, au pourcentage gourmand
Une noisette de beurre salé
Poivre(s)
Piment en poudre, de type piment d'Espelette
Pointe de noix de muscade, éventuellement

Ustensiles, outre les incontournables :

Une râpe à fromage, avec œillets de 4 mm ou plus, pour une râpure épaisse et résistante
Un bol, dont les bords sont assez courbés pour que la tranche de votre fourchette puisse s'y loger et racler les restes, et dont le fond est assez large et plat pour éviter que les ingrédients ne s'y concentrent dans un effet « entonnoir ».

Suggestions de réjouissance :

1 Préférez une cuisson des pâtes *al dente*, et remuez régulièrement pour empêcher qu'elles ne collent entre elles. Une fois les pâtes égouttées, ajoutez la lamelle de beurre à même la casserole, surtout si vous souhaitez →

vous servir en plusieurs fois. L'idée est que chaque pâte puisse devenir un nid solide mais confortable pour les condiments ; ou autrement dit, que chaque pâte devienne un bol de pâtes au ketchup.

2 Versez les pâtes brûlantes dans le bol et ajoutez : le fromage râpé, les différentes épices, la crème (pour noyer les épices), et le ketchup.

3 Évitez de réchauffer le plat une fois les condiments placés : le contraste entre la chaleur des pâtes et le frais/cru des autres ingrédients offre des sensations intéressantes.

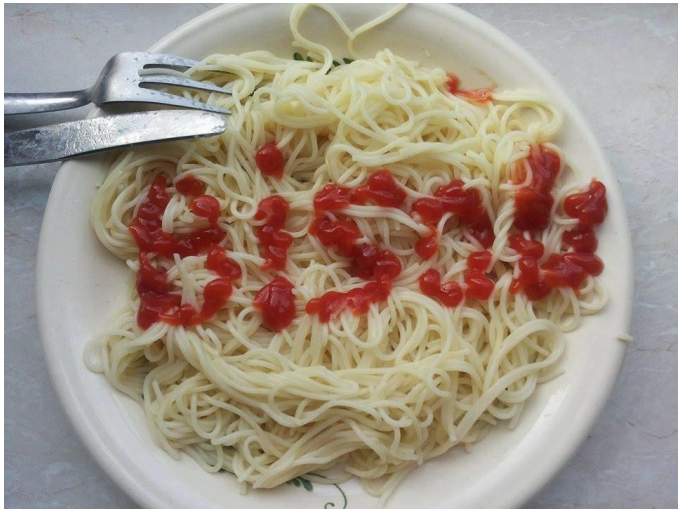
Pour les cheese lovers :

4 Tapissez votre bol d'une première couche de fromage râpé, avant d'y verser les pâtes. Deux textures de fromage à la clé : la couche en surface est fraîche et ferme, l'autre, fondue, devient le butin à atteindre.

Les quantités et l'ordre d'assaisonnement sont à ajuster à votre meilleure convenance. Divisez votre bol en plusieurs zones d'expérimentations, superposez les couches à la manière de lasagnes, ou encore, servez-vous une série de mini-portions pour multiplier les scénarios saveurs et plaisirs.

Le tracé du ketchup ouvre la voie à d'insoupçonnés artworks. Partagez les vôtres sur : *lasketchup@riseup.net*

Sophie



Pâtes brocoli lardon façon Mérie

Pour 2/3 personnes

Ingrédients :

Un beau brocoli bien vert, bien gros
200 g de lardon fumé
2 gousses d'ail
Huile d'olive
Un paquet de pâtes de type linguine
Parmesan (facultatif)

1 Tout d'abord procédez à la découpe de votre brocoli. Ne soyez pas timide tout se mange même la tige centrale. Pendant ce temps mettez une casserole d'eau à bouillir.

2 Quand l'eau est frémissante, immergez en son sein vos morceaux de brocoli. Le temps de cuisson est approximativement de 7 minutes. On l'aime fondant-croquant le brocoli. Mais pour vérifier sa cuisson plantez-y un couteau, si ça rentre comme dans du beurre il est temps de les égoutter et de les passer sous l'eau froide. Cette technique va permettre à la chlorophylle de se fixer, ainsi vos morceaux de brocoli restent bien verts.

3 Lancez une seconde casserole d'eau à bouillir pour les linguines.

4 Dans une grande poêle à fond plat faites revenir les lardons fumés. Personnellement je les aime un peu cramés mais à chacun ses goûts.

5 Une fois, les lardons cuits, ajoutez vos morceaux de brocoli et écrasez-les en purée pour les mélanger au mieux avec les lardons. Enfin ajoutez l'ail préalablement découpé très finement. En espérant que vous n'aurez pas oublié de retirer, sur chacune de vos gousses, le germe central qui est la principale cause des difficultés digestives que la consommation d'ail peut entraîner chez certaines personnes.

6 Là-dessus soyez généreux en huile d'olive ! Et laissez mijoter quelques minutes afin que l'ail imprègne bien votre préparation.

7 Nul besoin de vous expliquer comment faire cuire vos pâtes, ici encore à chacun ses préférences de cuisson même si *al dente* est une évidence.

8 Essorez bien les linguines et envoyez-les à la poêle avec la garniture, mélangez le tout.

Vous pouvez à présent servir et profiter.

Avec un petit verre de rouge ça le fait !

Juliet

Paye ta pita

Ingrédients :
300 g de farine de blé T65 (ou T55)
150 ml d'eau tiède
15 g de sucre de canne
5 g de levure sèche instantanée du boulanger
1 pincée de sel
1 c. à soupe d'huile d'olive

1 Dans un bol, mélangez l'eau tiède (pas trop chaude afin de ne pas « tuer » la levure et pas trop froide afin de l'activer) avec le sucre de canne et la levure sèche instantanée. Couvrez et laissez reposer au chaud pendant 10 minutes.

2 Dans le bol du robot, versez la farine, le levain, le sel et l'huile d'olive. Pétrissez pendant 10 minutes jusqu'à ce que la pâte forme une boule lisse et élastique.

3 Répartissez 1 à 2 cuillère à soupe d'huile d'olive sur la paroi du bol autour de la pâte et couvrez le bol d'un film plastique ou un torchon humide. Réservez dans un endroit tiède et à l'abri des courants d'air pendant 1 heure.

4 Pendant ce temps, découpez 12 carrés de papier sulfurisé d'environ 10 x 10 cm. Rabattez ensuite la pâte et déposez-la sur un plan de travail non fariné. Coupez la pâte en 6 pâtons égaux de +/- 80 g chacun. →

5 Étalez avec un rouleau à pâtisserie chaque pâton sur la longueur de manière à former un ovale. Posez sur la moitié de chaque pâton un papier sulfurisé et rabattez l'autre moitié sur celui-ci. Cela permettra à la pâte de ne pas coller. Placez un second carré de papier en-dessous du pâton.

6 Dans une poêle bien chaude avec de l'huile, déposez délicatement la pâte et faites-lui un simple aller-retour. La pâte va gonfler et griller.

Pour la garniture :
Viande hachée + coriandre + oignon + sel + poivre + huile (à faire mariner pendant 1 heure).
Salade/choux rouge/cacahuète et pistaches concassées.

Sauce :
Yaourt grec + menthe + ail + pointe de shiracha pour les pimentés.

Sophia

Pizza poubelle

Les ingrédients :
Pour trois petites pâtes fines et croquantes :
500 g de farine (peu importe laquelle, celle de votre coloc qui traîne, ne vous inquiétez pas si elle a été envahie par les mites, ça ira dans le four et ça fait toujours un peu de protéines)
1 sachet de levure boulangerie express (ça c'est facile à mettre dans votre poche du Delhaize ou Carrefour du coin. Garanti sans antivol. Vous pouvez même vous permettre la version bio.)
¼ de litre d'eau tiède (l'eau du robinet n'est pas contaminée, si vous avez peur vous pouvez la faire bouillir puis refroidir jusqu'à-ce qu'elle ne vous brûle pas quand vous y trempez votre doigt désinfecté à l'alcool hydraulique)
1 c. à café. de sel (vous en trouverez bien quelque part)
1 c. à café de sucre
En plus, si vous pouvez vous le permettre, une petite lichette d'huile d'olive

Step by step :

1 Versez le sel, le sucre, la levure dans l'eau tiède. Couvrez la préparation et laissez la chimie opérer pendant plus ou moins 10 minutes, afin d'obtenir une mousse fermentée épaisse qui recouvre la surface de l'eau trouble.

2 Pendant ce temps, vous pouvez verser la farine dans un récipient assez grand. Faites-en un petit volcan blanc.

3 Versez la lave dans le volcan et mélangez avec vos mains nues ! Une fois que la pâte à cessé de coller, pétrissez-la sur un plan de travail désinfecté et saupoudrez d'un peu de la farine qui vous reste. Versez-y le filet d'huile que vous avez spécialement gardé pour votre pâte (si c'est vraiment la fin, gardez-le pour la garniture, c'est quand même plus important).

4 Laissez reposer votre pâton dans votre récipient, sous un tissu humidifié, dans un endroit tiède (je ne veux pas savoir), pendant au moins une heure.

5 Quand elle a assez reposé à votre goût, séparez-la en trois. Si vous ne voulez pas tout manger tout en une fois, car quand même il faut rationner, vous pouvez en mettre une ou deux au frais ou à congeler.

Maintenant la garniture !
Ouvrez votre placard et il vous reste :
1 bout de butternut
1 oignon
Une boîte de raisins secs périmés
3 gousses d'ail
1 pomme
1 panais fripé
Du thym ou romarin, ou origan, ou même curry, curcuma, zatar, tout dépend de vos goûts et de ce qu'il vous reste comme épices. Sentez-les ! Faites vous plaisir !
Quelques croûtes de fromage

C'est parfait !

→

6 Faites cuire le panais, et le butternut à la vapeur jusqu'à ce qu'ils soient mous.

7 Pendant ce temps faites revenir l'oignon coupé en fines lamelles avec les raisins secs.

8 Aplatissez la pâte sur votre plaque de cuisson. Si vous n'avez pas de papier cuisson, disposez un peu de farine sur votre plaque avant d'aplatir la pâte. Si vous n'avez pas de four, bah je ne sais pas quoi vous dire...

9 Préchauffez votre four sur 220°C.

10 Appliquez délicatement un peu d'huile mélangée au mix d'épices et d'herbes de votre choix pour la parfumer.

11 Attention, vos légumes vapeurs sont prêts !
Faites une petite purée avec votre butternut et appliquez-la sur votre pâte.
Disposez des morceaux de panais, de pomme, d'ail et de croûtes de fromage par-dessus.

12 Enfournez tout ça dans votre four pendant plus ou moins 10 minutes à 220°C.

Bonne dégustation !

Adèle

Poêlée de porreaux à la façon de Charles

Ingrédient avec quantités au feeling :

Du bleu
Des porreaux
Une noix de beurre
Un peu de lait
Si on a envie, de l'ail

Comme bleu vous pouvez choisir entre roquefort, stilton ou shropshire, selon si vous voulez que ça vous démonte les papilles ou pas.

1 Dans une poêle avec du beurre (et de l'ail) faites revenir les porreaux coupés en rondelles de la dimension souhaitée, faites-les sauter et réduisez-les.

2 Ajoutez un peu de lait et le bleu (pour 2 porreaux compter plus ou moins 8 dés de fromage qui pue)

3 Mélangez et ajoutez de nouveau un peu de lait. Le bleu doit être bien fondu et liquide.

4 Laissez cuire à feu doux jusqu'à ce que la préparation s'épaississe.

5 Salez et poivrez et servez chaud, sur un peu de riz ou sur des pâtes.

Et voilà, Charles.

La purée saucisse !!

Ingrédients :

Pommes de terre
(1 kg pour 4)
Lait, Beurre
Comté

Pour la saucisse :

Surtout, choisir sa saucisse préférée !
De Toulouse, chipo, ou bien même knacki, le mot d'ordre : qu'elle te fasse plaisir !

1 Tu épluches, coupes, puis tu fais cuire à la vapeur ou directement dans de l'eau salée les pommes de terres, jusqu'à ce qu'elles soient assez tendres pour être écrasées facilement.

2 Pendant le cuisson tu te mets de côté 350 ml de lait, 45 g de beurre et tu rapes 150 g de comté hmm.

3 Une fois que les patates sont cuites, tu peux lancer la cuisson de ta saucisse (à laquelle tu peux rajouter des petites herbes de provence par exemple si tu la cuis à la poêle).

4 Tu te munis ensuite de ton plus beau presse-purée *(https://www.cdiscount.com/pdt2/9/1/5/1/300x300/auc2009230986915/rw/pilon-en-bois-et-inox-presse-puree-25-cm-france.jpg)* puis tu peux commencer à →

écraser tes patates en rajoutant le beurre (direct sur les patates chaudes pour qu'il fonde), le fromage et le lait progressivement. Tu peux aussi rajouter de la muscade, c'est trop bon !

Et voilà, c'est prêt !!!

À déguster bien chaud

Lili

Ragù alla Bolognese

Ingrédients :
500 g de bœuf haché
300 g de chair à saucisse
100 g de pancetta
700 g de tomates émondées,
ou de pulpe de tomate fraîches en conserve
1 c. à soupe de concentré de tomates
Parmesan ou pecorino,
ou les deux ensemble c'est delicioso
2 carottes
2 gousses d'ail rose
2 branches de céleri
1 oignon jaune
1 échalote
1 verre de vin rouge
1 pincée de sucre
Un peu de lait
Sel, poivre, laurier, basilic

Étapes :
1 Commencez par préparer le soffritto de la sauce : hachez très fin, le plus fin possible votre ail, l'oignon, votre échalote, votre céleri et vos carottes (ces tout petits dés vont quasiment fondre pendant la cuisson dans l'ensemble de la sauce). Puis faites revenir doucement dans une grande cocotte avec un peu d'huile d'olive quelques minutes, le temps que les →

parfums se dégagent. Pendant ce temps, faites-en profiter vos voisins : *https://www.youtube.com/watch?v=JVD7z7QOtME&t=269s*

2 Ensuite, ajoutez les viandes pour les faire dorer légèrement. Pour cela, augmentez le feu et ajoutez la pancetta (coupée assez finement), la chair à saucisse puis le bœuf haché. Ainsi, vous pouvez laisser le feu assez fort sous la casserole pour faire caraméliser les sucs de cuisson tout en mélangeant, mais pas trop longtemps non plus. Déglacez ensuite avec le verre de vin rouge, laissez réduire et ajouter un peu de lait, afin d'adoucir légèrement l'acidité de la sauce.

3 Vous pouvez maintenant ajouter la pulpe de tomate (essayez de choisir de la pulpe de tomate de plutôt bonne qualité), et une cuillère à soupe de concentré de tomates. Mélangez légèrement et laissez enfin mijoter à feu très doux pendant environ 3 heures. Ça risque d'être compliqué d'attendre si longtemps, mais tenez bon, ça en vaut la peine !

4 Après cette longue attente, vous pouvez ajouter une cuillère de sucre, pour atténuer l'acidité si vous la trouvez encore trop présente, puis un peu de sel et de poivre. Servez avec des pâtes de type pappardelle, ou plutôt larges, saupoudrez de parmesan/pecorino.

5 Cette recette peut aussi se déguster l'été, en slip de bain sur les plages de la mer méditerranée.

Hugo

Riz au kimchi

Pour 3/4 personnes

Ingrédients :
400 g de chou chinois
300 g de riz
4 œufs
2 oignons nouveaux
Ail
Huile de sésame

Pour la marinade :
3 c. à soupe sauce soja
1 piment rouge frais
3 cm de gingembre
2/3 oignons frais
2 gousses d'ail
3/4 c. à soupe de piment coréen séché

Déjà, il faut faire le kimchi !

1 Prenez un chou chinois d'environ 400 g. Incisez-le dans la longueur des feuilles et ensuite coupez-le en tranches. Lavez-le et essorez-le.

2 Dans un grand bol, faites tremper le chou dans 40 g de sel (10% du poids du chou en sel) dilué dans de l'eau. Faites en sorte que le chou soit immergé. Couvrez le bol avec une assiette et mettre un poids sur l'assiette. Laissez passer 2/3 heures, voire plus : le chou est prêt quand il ne craque/casse plus quand on essaie de le faire craquer. Videz l'eau en essorant légèrement le chou.

3 Coupez votre gingembre en morceaux et vos oignons en rondelles et mettez les dans un saladier. Mélangez avec le reste des ingrédients pour la marinade et ajoutez de le l'eau si besoin.

4 Mélangez le chou dans la mixture. Il faut qu'il se colore.

5 Stérilisez un pot en verre. Mettez le mélange dans le pot, tassez bien le chou au fur et à mesure pour que l'air sorte ainsi que du jus. À la fin il doit rester une couche de jus rouge-marron en dernière couche. Laissez 1 cm entre la couche et le haut du pot.

6 Laissez le pot deux jours dans un endroit sec à température ambiante (ou plus si vous kiffez le goût prononcé !). Pensez à poser le pot sur une assiette parce qu'avec la fermentation il va déborder ! Et faire des petits bruits hihi.

7 Finissez la fermentation au frigo 2/3 jours ou bien plus longtemps !

8 Kimchi prêt. Attention en ouvrant le bocal, ça saute et peut salir !

Option : ajoutez une carotte/du navet/radis noir coupé en rondelles à la préparation saline.

Riz frit au kimchi :

9 Commencez par cuire le riz :
Si c'est du basmati, alors il faut le rincer jusqu'à ce que l'eau devienne claire. Un Indien disait : sept fois. Si c'est du riz jasmin, alors on peut direct le cuire. Versez le riz dans une casserole, ajoutez de l'eau jusqu'à ce que →

l'eau dépasse du riz sur un peu moins d'un cm.
Salez. Couvrez. Mettez le feu au max jusqu'à ce que l'eau bout, baissez directement sur feu doux-moyen dès que ça bout. Laissez couvert. Vérifiez la cuisson du riz de temps à autre et ajoutez de l'eau au besoin.
Si le riz cuit est tout gluant, alors le rincer ; de toute façon on le frit ensuite.

10 Dans une poêle, versez de l'huile de sésame ou huile pour frire. Une fois l'huile chaude, ajoutez-y les oignons nouveaux coupés, 2 gousses d'ail émincées.
Ajoutez 300 g de kimchi préalablement coupé plus petit (ou au moyen de ciseaux).

11 Ajoutez le riz.
Mélangez bien.
Laissez un peu griller !

12 Brouillez 4 œufs dans une poêle séparée et ajoutez les au riz.

13 Et servir : ajoutez une tombée d'huile de sésame et/ou du sésame blanc ou noir.

Option pour les amoureux.ses du piquant : ajoutez du piment coréen ou 2 cuillères à soupe de pâte gochujang.

MIAM

Lauren

Les röstis Stübi

Ingrédients :
Une bonne masse de pommes de terre de type Bintje
Du beurre
De l'huile
Sel
Poivre
Des herbes du balcon ou des Alpes (romarin par exemple)
Un camembert ou une tomme Vaudoise
Deux échalotes
Salade verte (facultative)

1 Epluchez les patates, lavez-les et râpez-les avec un mouli-julienne, ça ira plus vite qu'à la main. Mettez-les dans un grand saladier.

2 Coupez les échalotes finement et déposez-les dans le saladier également.
Ajoutez-y le sel, les herbes et le poivre dans le saladier et mélangez le tout.

3 Chauffez le beurre et l'huile dans une poêle bien grande, déposez-y la grande masse du mélange de pommes de terre.

4 Mettez un couvercle et chauffez à feu assez doux. Pendant une vingtaine de minutes, sans que la galette grille trop. →

5 Retournez le tout dans le couvercle et cuisez l'autre face de la galette dans la poêle, déposez la tomme ou les bouts de camembert sur la surface.
Laissez bien chauffer.

Dégustez avec de la salade verte si vous en avez dans le frigo ou dans le jardin.

Charlotte

Pour 2 personnes

Ingrédients :
Environs 6 feuilles de chou Kale (plus ou moins en fonction de l'appétit, comptez que les feuilles réduisent à la cuisson)
Une patate douce de taille moyenne
Un bloc d'halloumi
Une demi-poignée de noisettes

1 Coupez la partie épaisse des tiges du Kale, vous n'en aurez pas besoin. Coupez les feuilles dans le format « feuilles de salade » qui vous convient. Faites-les revenir à la poêle sur un très léger fond d'eau salée quelques minutes, le temps qu'elles prennent une couleur proche de celle des épinards. Débarrassez-vous de l'eau, s'il en reste. Réservez le Kale dans un saladier et récupérez la poêle pour la suite.

2 Épluchez la patate douce et coupez-la en petits dés. Concassez les noisettes. Faites revenir la patate douce à la poêle dans de l'huile d'olive et ajouter les noisettes à mi-cuisson. Une fois les patates douces tendres, réservez et récupérez la poêle pour la suite.

3 Mélangez les patates douces et les noisettes avec le Kale, en principe déjà refroidi, avec la vinaigrette de votre choix.

4 Coupez huit tranches d'halloumi dans le sens de la largeur (soit environs les deux tiers d'un bloc moyen). Faites-les revenir à la poêle quelques minutes (pas besoin d'huile). Une fois dorées d'un côté, retournez-les pour les dorer de l'autre, la seconde face étant plus rapide.

5 Servez les assiettes du mélange de Kale. Disposez l'halloumi directement dans les assiettes au-dessus de la salade, et non dans le saladier, pour éviter qu'il ne ramollisse.

Bon appétit !

Camille

La tarte aux clémentines

Un dessert pour impressionner la belle-famille

Ingrédients :
Une pâte feuilleté toute prête
ou une pâte brisée maison *
6 clémentines
100 g de beurre
1 œuf
4 cuillères de sucre de canne
1 gousse de cannelle
ou 1 cuillère de cannelle en poudre
1 poignée d'amandes effilées

1 Tout d'abord, il faut couper les clémentines en rondelles assez fines (et même pas les éplucher !), gardez le jus qui coule dans un verre pour la suite.

2 Ensuite faites fondre la moitié du beurre dans une poêle, avec le sucre puis mettez-y les rondelles de clémentines.

3 À feu doux, veillez à ce que les rondelles fondent dans le beurre et le sucre mais ne crament pas. Ajoutez la cannelle et la suite du beurre, et continuez 20 minutes.

4 Pendant ce temps, mélangez le jus de clémentine, avec l'œuf et encore un peu de sucre. Sortez votre pâte du frigo, piquez-la avec une fourchette dans le moule puis versez votre mélange.

5 Coupez le feu, et disposez vos clémentines sur la pâte. Cette partie est libre créativement ! Je les ai disposées en spirale, en commençant par les extrémités. Saupoudrez d'amandes et mettez au four à 180°C pendant 15 minutes puis observez la cuisson jusqu'à ce qu'elles vous conviennent.

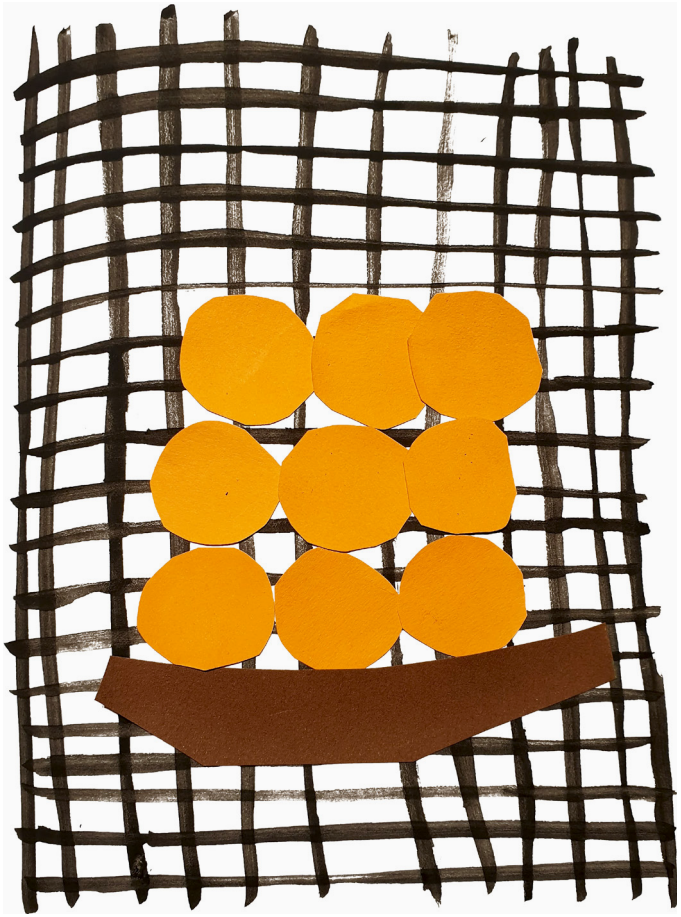
À déguster aussitôt tiède ou bien le lendemain, c'est encore meilleur.

*** pour faire une pâte brisée c'est super simple (contrairement à ce qu'on pense) il faut :**

125 g de beurre
250 g de farine
3 cuillères de sucre
½ cuillère de sel
50 ml d'eau
1 jaune d'œuf

Il faut sortir le beurre à l'avance, pour qu'il soit mou ou alors le faire chauffer au micro-onde ou au four mais attention à ne pas le faire fondre !)
Dans un saladier, mettez la farine, le sucre et le sel, puis le beurre. Ensuite, versez le jaune d'œuf et l'eau et mélangez avec les mains.
Petit à petit, il faut former une boule. Quand elle est bien belle on peut la poser sur le plan de travail fariné et l'étaler avec un rouleau ou une bouteille vide (on peut l'étaler directement dans le moule aussi) puis je la laisse reposer au frigo quelques minutes... le temps de préparer ce que je vais y mettre dessus ;)

Et voilà, Flore !



Tarte citron meringuée du gros Lorrain

Ingrédients :

Crème au citron :
150 ml de jus de citron
soit 3 ou 4 citrons
Zeste d'un citron
110 g de sucre
3 œufs
1 c. à soupe farine
75g de beurre

Pâte sablée :
250 g de farine
150 g de beurre
50 g de sucre
50 g sucre glace
1 œuf
1 pincée de sel

Meringue (obligatoire, non négociable) :
2 blancs d'œufs (ou 3 petits)
75 g de sucre
Une pincée de sel
De l'huile de coude (si pas de mixeur,
ni d'échelle à monter les œufs en neige)

Réalisation et cuisson de la pâte sablée :

1 Battez l'œuf avec les sucres et le sel.
2 Ajoutez la farine, tout d'un coup, pétrissez du bout des doigts. Ajoutez le beurre mou préalablement coupé en dés, puis pétrissez rapidement et formez une boule homogène.
3 Filmez et mettez au frais 1 heure, mais si vous êtes pressé.e.s 20 minutes ça vaaa !
4 Étalez dans le plat à tarte, technique libre pour ce faire.
5 Faites cuire 18/20 minutes à 180°C. La pâte doit être dorée. Sinon un peu plus longtemps.
6 Mettez de côté.

Réalisation de la crème au citron :

7 Prélevez le zeste de 2/3 citrons non traités aux pesticides, fongicides, engrais etc. Portez à ébullition le jus des citrons avec le zeste.
8 Battez les œufs avec le sucre et la farine.
9 Ajoutez progressivement le jus de citron en filet sans cesser de fouetter.
10 Remettez le tout sur feu moyen et faites épaissir en remuant sans arrêt, vous obtiendrez une belle crème dorée (un peu comme de l'or en fusion).
11 Ajoutez le beurre mou en morceaux, en fouettant bien pendant qu'il fond.
12 Garnissez le fond de tarte précuit qui vous attend sagement. Laissez le tout reposer au frais.

Finition obligatoire (non-négociable) : la meringue gros !

13 Dans un plat réfrigéré au préalable, fouettez les blancs en neige avec une pincée de sel, lorsqu'ils deviennent fermes, rajoutez le sucre et fouettez encore quelques secondes.
14 Garnissez le dessus de la tarte selon le motif de votre choix avec une poche à douille, ou autre outil du genre et selon votre inspiration du moment. C'est réussi si l'on ne voit plus la crème au citron en dessous.
Passez à four chaud « fonction grill » 1 petite minute pour colorer la meringue (ou au chalumeau si t'es chteuf).

François

La tarte des gros lardons

Ingrédients :
Pâte brisée :

300 g de farine
150 g de beurre mou
Un fond de verre d'eau
Une pincée de sel
Optionnel : olives noires
1 brocoli
100 g lardons
100 g féta
2 œufs
20 cl lait
Pincée de piment fumé
poivre

1 Dans un saladier, mélangez la farine, le beurre et le sel et pétrissez le tout jusqu'à obtenir la consistance d'une semoule grossière.

2 Ajoutez le fond de verre d'eau et pétrissez légèrement afin d'obtenir des grumeaux. Attention à ne pas trop travailler la pâte.

3 Déposez le mélange directement dans un moule à tarte et étalez-le avec vos doigts de manière homogène sur toute la surface du moule. Réservez votre fond de tarte.

4 Faites cuire le brocoli coupé en petits morceaux à la vapeur. Cuissez les lardons dans une poêle sans ajouter de matière grasse.

5 Dans un bol, battez les œufs en omelette et ajoutez le lait, la féta émiettée, le piment et le poivre en mélangeant bien. Ne pas ajouter de sel car la féta et les lardons en apportent déjà beaucoup.

6 Une fois les ingrédients cuits, déposez-les sur le fond de tarte et recouvrez l'ensemble avec le mélange liquide.

7 Dans votre four préchauffé à 200°C, enfournez la tarte pendant environ 30 minutes, en la surveillant.

Dégustez-la tiède avec une salade verte.

Bisous.

Roxane et Patrice

Mon tofu

Ingrédients :
Riz
Tofu
Tomate
Oignon vert
Oignon
Plus : sel, poivre(s), (glutamate), sauce de poisson

1 faire du riz
2 saisir le tofu en bloc jusqu'à ce que la couleur soit dorée
3 couper les tomates en bloc
4 couper un peu d'oignon et les oignons verts
5 mettre l'huile dans la nouvelle poêle et réchauffer
6 mettre les tomates et oignons
7 mettre sel et poivre, (glutamate)
8 mettre un très petit peu d'eau
9 mettre les tofu et un peu de sauce de poisson
10 attendre
11 mettre la bouffe dans une assiette
12 mettre les oignons verts comme décor
13 servir avec des bols de riz

Minh

TOP secret boulet.te.s

À circonstances exceptionnelles, partages exceptionnels. Voici la recette la plus secrète des boulettes sauce liégeoise. Secret dévoilé à une condition uniquement : chaque personne qui réalise cette recette doit envoyer une boulette par la poste à Marie B. Adresse en fin de recette.

Pour 10 personnes

Ingrédients :
750 g de hachis de porc
750 g de hachis de bœuf
6 tranches de pain de mie (sans la croûte) trempées dans du lait
5 oignons finement hachés
1 bouquet de persil finement haché
4 œufs
Sel, poivre
Chapelure
Cassonade brune
Vinaigre de vin rouge
1,5 l de bouillon de viande
Sirop de Liège
Clous de girofle
Laurier, thym

Préparation des boulettes :

1 Pétrissez les deux viandes, le pain égoutté, 1 oignon haché, le persil et les œufs pour obtenir un mélange homogène. Roulez les boulettes à environ 120 g pièce (à la main).

2 Cuisez-les à la poêle dans du beurre. (Beaucoup!!!)

La sauce :

3 Dans le jus de cuisson de la viande, faites revenir 4 oignons émincés, saupoudrez généreusement de thym, ajoutez encore beaucoup de beurre et laissez blondir.

4 Ajoutez 6 cuillères à soupe de cassonade brune, afin de former un caramel, déglacez ensuite avec un filet de vinaigre de vin rouge.

5 Mouillez avec 1,5 litre de bouillon de viande ou de l'eau dans laquelle on a fait dissoudre 2 cubes de bouillon de viande.

6 Portez à ébullition et incorporer 6 bonnes cuillères à soupe de sirop de Liège et 4 clous de girofle.

7 Assaisonnez de sel et poivre et de 2 feuilles de laurier.

8 Laissez cuire pendant 30 à 35 minutes.

9 En fin de cuisson liez la sauce avec un beurre manié (50% beurre et 50% farine).

10 Rectifiez l'assaisonnement. →

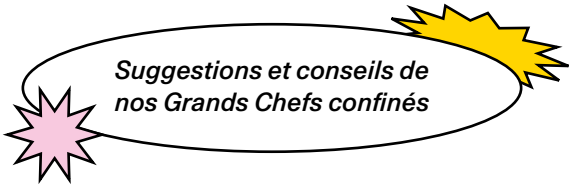
11 Disposez les boulettes dans la sauce et laissez frémir quelques minutes à feu très doux.

12 Se mange impérativement avec des ! FRITES !

Astuce :
Faites attendre vos convives au moins 3 heures autour d'un bon apéro (minimum 1 bouteille de vin par personne). À 23 h, vos ami.e.s, affamé.e.s et bourré.e.s ne pourront que vous proclamer Reine ou Roi des boulettes !

Ingrédient secret :
DU BEURRE DU BEURRE DU BEURRE + DE LA MAYO

Eternellement votre, Marie B,
nommée 6 fois « boulet d'or » lors du championnat mondial des BOULET.T.E.S de 2000 à 2020 + juge auto-proclamée :
envoyez-moi vos boulettes à 127a Rue Richard Vandevelde 1030 Schaerbeek.


Suggestions et conseils de
nos Grands Chefs confinés

Je recommande fortement cette recette en période de confinement parce qu'une petite compote cela fait toujours plaisir, à toute heure de la journée. Cela se conserve bien au frigo, c'est facile et ça sent bon !
→ Compote comme chez mamy, page 13

Pour fêter votre anniversaire dans une ambiance chaleureuse en période de confinement, peu importe votre âge, je vous conseille les coquillettes d'anniversaire.
→ Coquillettes d'anniversaires et petits extras, page 16

Parce que c'est une recette simple rapide et nourrissante, et parce que je l'associe à des moments familiaux chaleureux et joyeux.
→ Croûtes dorées, page 22

En période de confinement et en besoin de réconfort, cette spécialité des Pouilles est fortement recommandée. Elle accompagne tout type de repas et c'est à chaque fois une véritable réussite, voilà qui remonte le moral !

En plus de son goût exquis, sachez que la Foccacia Barese est caractérisée par sa texture aérienne qui provient d'un ingrédient secret; la pomme de terre cuite réduite en purée. Oui oui vous avez bien lu !

Cette fameuse astuce vous permettra de réussir votre recette à tous les coups et pourquoi pas vous en vanter en faisant une démo devant la caméra lors d'une conférence-vidéo-téléphonique avec votre famille et vos amis.
→ La foccacia Barese, page 22

Le fondant le plus réconfortant au monde, il suffit de voir la recette et de le goûter pour comprendre...
→ Fondant au chocolat facile et plus que parfait, page 24

Particulièrement réconfortant pour les jours de mauvais temps, régression assurée, plaisir quintuplé !
→ La purée saucisse !!, page 40

Une recette qui réchauffe les cœurs et qui aide à dormir le soir !
→ Rösti Stübi, page 44

Les temps sont durs mais quoi de plus réconfortant que les couleurs méditerranéennes dans votre assiette pour réchauffer les âmes. Le brocoli en plus d'être un très beau légume, est un antioxydant reconnu ! Et sa fibre facilite la digestion. Les lardons c'est sexy, ça fait toujours plaiz dans une assiette, surtout quand ils sont fumés y a rien à redire. Puis nous avons l'ail. Haaa l'ail mes amis ! Qualifié de super-aliment par les professionnels de la nutrition ce doux germe est surtout un super immunostimulant ! Qu'on se le frotte sous le pied ou qu'on en mange au petit déjeuner, l'ail est le meilleur dans sa catégorie. Il éloigne le mauvais sort et met du piment dans votre vie. L'ail c'est la survie assurée car il contient de l'allicine, un composé soufré anti-bactérien, anti-infectieux, et qui combat les virus.
→ Pâtes brocoli lardon façon Mérie, page 35

Ça c'est une recette typique portugaise dont on ne connaît pas très bien l'origine (peut-être chinoise (congee) ou

indienne (kanji) en tout cas, on la mange en période de convalescence d'une maladie, après l'accouchement, quand on se sent un peu enrhumé, pour augmenter les défenses immunitaires ou simplement quand on veut un peu de réconfort.
→ Canja de Galinha, page 8

Parce que j'ai tout le temps maintenant pour manger, et du coup toutes les vingt minutes je grignote quelque chose, du coup j'ai fait des toutes petites crottes, comme ça c'est plus équilibré et je grignote encore beaucoup mais moins en quantité, le moral reste donc optimal, mais mieux pour le corps qui ne bouge pas.
→ Chockladbullar, page 12

Le kimchi c'est trop bon, et c'est bon pour la santé. Le riz c'est délicieux et réconfortant.
→ Riz au kimchi, page 43

Une recette simple et délicieuse, végétarienne mais protéinée, qui change des salades habituelles. Parfaite en temps de confinement pour une pause télé-travail au soleil. À déguster sans modération, dans une période où manger devient l'activité sociale de la journée.
→ Salade Kaloumi, page 46

Recette très facile mais il faut avoir un peu de temps devant soi, ce qui n'est pas trop un problème en cette période de confinement.
→ Cookies chocolat, banane et noix de pécan, page 13

L'avantage de la confiture c'est que non seulement ça demande un temps de préparation et une implication assez importante ; avec le confinement ça permet de remplir ses journées ! Et je ne vous dis pas la satisfaction de voir les pots alignés une fois finis et le plaisir des matins qui se sont transformés en début d'aprem pour ma part à tartiner ses tartines (parce que les boulangeries restent ouvertes ! youpi) à décliner sur biscuit, gâteau yaourt… Laissez vos imaginaires se libérer.
→ Confiture qui structure nos journées, page 17

L'inconvénient c'est qu'après on en veut plus que manger ça et que ça prend quand même du temps si on veut en manger tous les jours. Mais comme on a du temps pour l'instant, c'est bien pour le confinement !
→ Les grissini, page 27

Spéciale dédicace aux confinés, parce qu'on a du temps, voici une recette qui prend du temps !
→ Riz au kimchi, page 43

Recette des fêtes d'anniversaire d'enfant du fin fond du Brésil, excellente contre la déprime, le blues, la colère ou l'ennui. Facile rapide et pas chère !
→ Brigadeiro brésiliens, page 7

C'est un plat très simple, savoureux et bon marché.
→ Canja de Galinha, page 8

40 minutes, facile, méga bon.
→ Caracs, page 9

Les ingrédients sont simples et on peut faire plonger les gnocchis dans pleins d'assortiments différents, comme du beurre, une sauce à la tomate ou du pesto !
→ Gnocchi marranella, page 25

Junkfood de mecs qui aiment la bonne nourriture. C'est facile, trop bon, ça tient chaud et ça comble la faim ! Et surtout cela ne dénature pas la beauté du fromage.
→ Poêlée de porreaux à la façon Charles, page 40

La Foccacia Barese a l'avantage de pouvoir être pimpée par tout type de garnitures, ainsi même en cas de confinement extrême et sans possibilité de faire les courses, prenez simplement ce que vous avez chez vous afin de garnir la Focaccia.
→ La foccacia Barese, page 22

En cette période de confinement, où je ne fais les courses de nourriture qu'une fois par semaine, arrivant à la fin de la semaine, le frigo ne contient plus que des restes éparses que je mets ensemble pour l'omelette. C'est excellent, ça nourrit sa tati (et sa mamy), facile à faire et pas cher et ça fait de la place dans le frigo pour les prochaines courses.
→ Omelette calzone et son guacamole, page 31

Si comme moi vous êtes étudiant.e, indépendant.e, si vous travaillez dans le milieu du spectacle, de la culture, et que vous n'avez ni source de revenus ni chômage technique durant cette période de confinement, je vous présente une petite merveille faite de fins de tiroirs et de récupération de légumes moisis.
→ Pizza poubelle, page 38

Une super recette de dimanche !
→ Cheeseburger frites, page 11

Cette recette me fait plaisir parce qu'elle me rappelle la mer, si loin mais pourtant si proche.
→ La Marinière, page 30

J'ai préparé une tarte sucrée, avec des clémentines qui étaient vieilles et sèches que plus personne ne voulait manger. Pas de gaspillage ! Et encore moins en cette période... C'était délicieux et très joli. Je dirais que ça ressemble aux recettes de grands-mères, toutes simples, et qui font tellement plaisir... et puis on peut s'imaginer la manger lors d'un pic-nic champêtre sur une belle nappe Vichy.
→ La tarte aux clémentines, page 47

STAY HOME STAY SAFE

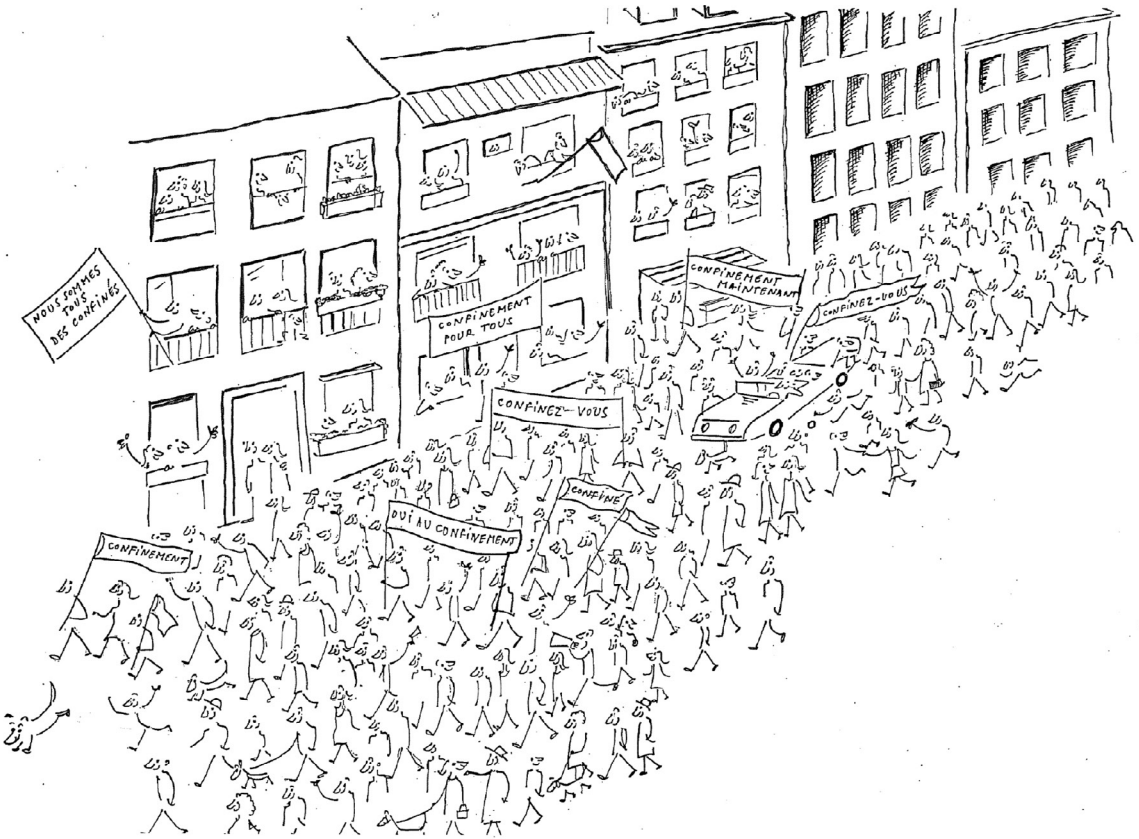
Merci à tous nos confinés de nous avoir partagé
leur plus belle recette :

Adèle, Alex, Alice, Amélie, Annie, Bastien, Camille, Charles,
Charlotte, Ellen, Emmanuelle, Ferdinand, Flore, François,
Françoise, Garance, Hugo, Isabel, Julia, Juliet, Joy, Laïla,
Lauren, Lili, Lola, Lucie, Luna, Manon, Marie, Marina,
Mathilde, Maude, Minh, Monique, Muriel, Nina, Ophélie,
Patrice, Raoul, Roxane, Samuel, Sophia, Sophie, Timothy

Et merci à Mathilde, Lola, Adèle, Vincent, Romain, Julia et
Maude pour leurs superbes illustrations !

: -)

Charlotte Stuby et Manon Donckier,
Avril 2020


NOUS SOMMES TOUS DES CONFINÉS
CONFINEMENT POUR TOUS
CONFINEMENT MAINTENANT
CONFINEZ-VOUS
CONFINEZ-VOUS
CONFINÉ
CONFINEMENT
OUI AU CONFINEMENT